

As llaborías del pan na marina occidental d'Asturias

XOSÉ MIGUEL SUÁREZ FERNÁNDEZ

Queremos achegarnos a un elemento fundamental, inda hoi, na dieta da xente llabradora: el pan. Un elemento que precisaba, pra chegar a él, un feixe de llaborías (amañar as terras, cuitar, semar, arrendar, coyer, mayar, moler, amasar, roxar, cocer) qu'acupaban búa parte del quefer diario y que, polo tanto, trian con ellas un feixe d'implicacións culturais y sociales. Dende el llinguaxe hasta a cultura material; dende os ritos hasta fenómenos como el axuda vecinal.

Fémoslo a partir dos testimonios de xente qu'inda conocéu y vivíu úa economía tradicional, básicamente de subsistencia, a lo menos hasta abondo despóis da guerra civil. Ese é el retrato que queremos fer. Y fémoslo na marina extremo occidental d'Asturias, úa zona que foi pioneira en mecanización, concentración parcelaria, sistemas de llabranza, etc., polo que muitos rasgos da cultura tradicional, tanto material como espiritual, tán en gran parte esquecidos y desaparecieron antias qu'en zonas interiores da montaña¹.

Os dous cereales panificables fundamentales eran el trigo y el meiz, anque tamén, en pouca cantidá, semábase centén. Cadún precisaba diferentes trabayos. Nel caso

del trigo non sólo se llabraba na *senra* senón que se fian *cavadas* nas *grandas* ou comunales. A poboación llabradoradora sempre vivía na fronteira da subsistencia y os máis d'ellos por debaxo. Por eso, el monte era úa posibilidá de sacar un pouco máis de cereal.

«P'amañar os montes queimábanlos, cavaban fendo barrueiras cos reigóis y tarróis. Poñíanlos deretos, deixábanlos secar y despós iban apilándolos pa que despós queimasen. Esa cinza esparcíanla y valía d'abono. Despós llabraban trigo de roza, que tía el grao más redondo y más corto. Eran trabayos d'inverno y nel brao, condo ta seco, é condo abarruaban. Semábase roza y despós deixábaseye descansar» (A Veiguía).

El trigo semábase a voleo y pra llabrallo había que *truyar*. Esta operación consistía en fer os *regos* col vasa doiro y con un *garrucho* ou *gadaño* -ferramenta de mao rematada en dous dentes paralelos de ferro-, iban amañándose y, a un tempo, xuntando a terra dos *sucos* pra contra a semente. Nel mes de xuyo, condo el trigo taba nel sou momento xusto de maduro, era condo se segaba. Fíase cua *foucí*a y recoyíase y atábase en *colmos*. Despóis empilábase nel trigal mesmo en *maragouzos*, montóis cónicos cos colmos postos cua espiga pra dentro pral caso de que chovera. Llevábase en carros hasta al pe del *aira*, sito chao y amañao pra mayar, y poñíase en *medas* mui grandes pr'aguardar el día da *mayega*. El *aira* solía tar cuberta por úa toira de bulla y barro ben curtida y barrida de xeito que tuvera ben gracioso pral llabor y nun se perdera un grao.

«El día da mayega esos colmos iban desfaéndose y iban estendéndose todos nel aira, abertos, deixando al descuberto a espiga. Polo regular, el primeiro colmo poñíase que xa fose mayado pra qu'a espiga nun tocasse nel tarrén, y despóis iban estendendo, estendendo. Quedaba el aira cuberta. Esperábase a que calecese ben col sol -eso

faiase cedo- y despóis mayábase» (Viacova).

A mayega precisaba de muita xente, homes y muyeres, y úas casas axudaban a outras. Mayábase a mao cos *mayos* ou *mayes* y el grao aventábase con *cribos* pra quitarye a *puxa* y as *arganas*. Despóis chegou a máquina de mayar ou *malacate* pero a mayega siguiu sendo igual un momento d'axuda y trabayo d'emparzaio ademáis de motivo de festexo con úa búa convidada en acabando.

«El mayar eran cuatro homes: dous por cada lado. Os qu'iban por dentro iban pisando nas espigas y iban mayando unha parte y outra parte y outra parte hasta que salían. Era por parexas y ún dos mayadores, a misión d'él, era dar un pouquín de lado pra levantar as espigas, y vía el outro, al mismo tempo, y daba contra él, y entonces esos dous palos, al chocar, desfaían a espiga. Però quedaban as ourelas, as partes de fora dos dous lados, mal mayadas. Al empezo y al acabo, as faxías de fora, nun se prestaba y sempre quedaban espigas sin ser alcanzadas y entonces había unha das muyeracas que vía delante, y dábaye a volta pra dentro a esas espigas. Iba agachadía y sempre un pouco desviada pra que nun la alcanzasen» (Viacova).

El centén, como vía un mes antias qu'el trigo *«quitaba a primeira fame»*. Mayábase en cantidades pequenas pr'amesturar col trigo.

«Ás veces nin se mayaba con mayes. Chamábanye mayar al penedo, unha pedra grande así inmensa, triáanse unhos colmos y dábanye hasta que soltaba el grao. Despós d'eso é condo se coyía y s'aventaba y xa iba al molín» (El Valín).

Nos trigales salían muitas gramíneas ventureiras, asomeñadas al trigo, que taban malas de descascar: el *furafolle*, el *rabo*, etc. D'este último díciase que se el grao que se molía tía muito rabo, el pan que salía emborrachaba.

El grao guardábase en *ouchas* -arcas mui grandes- ou sacos nos desváis y usábase dél condo había que llevallo a moler al molín. Cua paya fianse *payeiros* pra forraxe d'un gao que tamén se botaba a os trigales xa segaos, *al restroyo* ou *payal*, pra que lo paceran.

El meiz llabrábase despóis de cuitada a terra y lla-braos nel mes d'agosto os nabos. Na primavera, a media-os de mayo, amañábase a terra y semábase el meiz². Primeiro había que gradar cua *grade* y *piyar os tarróis*, é dicir, desfer os mogotes de terra que s'amañaran cuas reices de dalgúas razas d'herba. Esos tarróis quemá-banse despóis nel eiro. El meiz llabrábase en *setas*³, máis estretas qu'os sucos y acabadas en pico. Desque salía había que *sachallo* y *arrendallo* pra quitarye as malas herbas y atotar as prantas cua terra. Ás veces había qu'*arralallo* pra que nacera miyor⁴. Hasta s'apro-vetaba antias de cortallo *espizando* a punta de cada *caso* ou pranta y dándoyo como forraxe al gao, cousa que tamén axudaba á medría del meiz. Ei camín del mes de novembre el meiz segábase y *escanábase* (quitábanseye as *espigas*).

Chegaba despóis outro momento importante nas rela-cióis sociales del llugar: el *esfoyón*. Nél, en esfoyando as espigas y enrestrándolas pra colgallas -unque podían lle-varse soltas pral cabazo-, tamén se daban convidadas pequenas y había un pouco de música y festexo.

D'este xeito atopámonos xa col momento de fer el pan. Primeiro había que llevar el grao a moler al molín, as mididas que fixeran falta ou que se pudieran. Nun tempo peneirábase en casa, en chegando, pero despóis xa houbo *peneiras* hidráulicas -que s'usaban pral meiz- ou *borteles* -peneiras de llenzo pral trigo- nel mesmo molín qu'estremaban el *farello* (ou *farelo*) da *farina*.

El máis normal era cocer *pan de meiz* ou *borona* aunque nos últimos tempos xa se cocía mui pouco y s'em-pezaba a fer máis de trigo. Nun se pode esqueicer qu'a

xente, hasta abondos anos despóis da guerra, tía que pagar as rentas das terras con trigo y, polo tanto, restaba pouca cantidá pra consumir.

«Había que pagaryes a renta a trigo, y el trigo que se coyía pos había que leváryelo a os señores y nosoutros tíamos que comer el meiz. Nun tempo, el pan de trigo nun se cocía más que pal día da festa de San Antonio» (Mántaras).

Era muito el pan que se comía. Enfornábase pra muito tempo, mesmamente había quen cocía pra doce ou quince días, polo qu'a muyer tía que poñer ben atención mentres fía todas as llaborías. Era úa mañá ou úa tarde acupada dafeito entre amasar, roxar, cocer...

«El pan duraba sete ou oito días. Ás veces salíache más cocido, outras veces salíache menos. El día que nun me salía ben, ¡fíanseme más largos aqueles oito días!» (Mántaras).

Había que pidir todas as axudas posibles y as invocacións relixosas y xestos maquinales máis ou menos carga simbólica, como imos ir vendo, nun faltaban al llargo del proceso. Por poñer un exemplo, antías d'empezar a amasar, dicíase *«en el nombre de Dios»*.

Amasábase na *maseira*, qu'era unde se botaba a farina. Con farina de distintos cereales podían ferse muitas menas de *pan amesturao* pra llograr diferentes sabores y consistencias. Ás veces *amesturábase* el trigo con farina de centén. Á de meiz había quen ye botaba el farello que salira d'abortelar el trigo. Tamén, condo se fía pan de centén, botábaseye della de farina de trigo.

Desque taba botada a farina, fíase un furao nel medio d'ella apartándola pra os llaos. Despóis botábaseye allí el augua, el sal y el *formento* y revolvíase ben todo. Según as medidas de farina qu'había, tantos puños de *formento* se botaban. Úas máis y outras menos, porque dependía del gusto da muyer qu'amasaba.

Al trigo avezábbase a botarye el formento feito da farina de meiz. Pra fer el formento, de cada fornada que se fia, antias de poñerse a revolver el pan, había que sacar un puñao ou dous pra úa conca. Eso iba ser el continuador prá fornada seguinte y por eso ye chaman col significativo nome de *madre*. Cubríase de sal gordo pra que nun se perdera nesos días y deixábbaseye qu'avinagrara. Condo s'iba volver a cocer, a os oito ou quince días, a aquela concada de formento rapábanye el sal que tía porriba pra sacaryo y a madre botábbase nel mesoiro⁵, úa concúa grande de madera. Allí botábbaseye tamén farina nova y amasábbase todo pra despóis volver botar al pan que s'iba fer. Y condo eso, volvíase sacar outra vez da mesma masa prá conca y asina d'úa volta pra outra.

El que vía despóis de botar el formento era xuntar toda a farina. Íbase *empastando*, amasando y *arrollando* a *pasta* ou *masa* cuas maos, hasta que xa taba todo ben revoltu y xa nun se vía miga de farina solta. Entoncias xa taba abondo *empastada*.

Primeiro amasábbase el meiz y despóis el trigo. El pan de meiz é muito miyor d'amasar qu'el de trigo. El de meiz é solto y brandín mentres qu'el de trigo é máis corrioso, dá máis qu'amasar y hai qu'arrollallo muito y pisallo cos puños tamén.

«Condo empezabas quedábanche as maos todas enfaradas na masa y naquelo pegaba pero, a forza d'amasar, iba quedándose aquilo duro y nun pegaba nos didos despós» (Mántaras).

En acabando, poñíase a masa núa esquina da maseira y fíaseye úa cruz con dous toques col canto da mao. Había a crencia implícita de qu'asina *aformentaba*, *espillía* (ou *espilía*) miyor: «*Nel nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo, Amén*», dicíase al tempo.

Había qu'aguardar camín d'úa hora mentres spillía a masa, tempo que, como imos ver, aprovetábbase pra fer outras llaborías. Esa masa tapábbase pra que nun coyera

frío y axudar asina al proceso de fermentación⁶. A experiencia xa dicía cómo saber se taba abondo:

«El trigo, se era pouca masa pos sacábaslo igual pa un barreñón ou pa unha cesta y poñíasye un mantel ou unha sábana por baxo y tapábaslo cua misma. Despós aquela masa pos espilía. Condo era de meiz, incluso, según la tías arrimada alí, al espilir, esbarrancábase, rompiase a masa, y condo era de trigo nun rompía pero subía p'arriba y se lo tocabas así un pouco pos quedaba branda y calcábasla y fundíase a masa pr'abaxo y volvía outra vez a subir sola, condo taba ben espilida» (Mántaras).

«Condo taba ben espillío al calcar col dío fundía fácil y al cortallo fía oyo por dentro» (Valdepareas).

«Ta pasao», «ta esbarrigao», «xa se pasou d'espillidura» eran dalgús dos comentarios que se fian entoncias.

El trigo, qu'espillía máis axina, cortábase con un cui-tello y fianse as *fogazas*, d'ún a tres quilos, dándoyes forma cua mao. Podía férseyes tamén úa llazadía ou adornarse con un tenedor. Tamén se fian *roscas*, úa especie de bollo con dous cornos reviraos. Todo eso desviábase pra un *tendal*, úa mesa ou el escano, y volvía taparse pra que repousara y espillira outro pouco. El meiz non. El de meiz volvíase reamasar, pañábase a embozadas y botábase nel mesoiro. Nel fondo del mesoiro espolveirabase un pouco de farina pra que nun apegara y, agarrando polas dúas asas que ten, *vanábase*, é dicir, batíase el cacho de pasta y dábaseye pra un llao y pral outro hasta que coyía el xeito arredondiao d'úa fogaza. Despóis, según taba nel mesoiro, botábase na *peira* ou *pala del forno* -úa pala redonda de madeira con un mango llargo- pra metella nel forno. El mesoiro usábase despóis pra presentar a fogaza na mesa al hora de comer.

Tamén se fian *rapóis*⁷ ou *empanadas*. Y antigamente, como un exemplo máis da importancia del pan, *el bollo*

das ánimas, que fía de tributo relixoso y simbólico a os que tían menos recursos y agradecía d'este xeito a sorte de poder dispoñer de pan⁸.

A masa que quedaba apegada á maseira rapábase cúa *rapadoira* ou *rapamaseiras* y aquilo tirábase pra os cochos ou as pitas. Nun s'apedraba miga. Despóis había que llavar a maseira.

Entrementes a espillidura, había qu'ir *roxando* el forno. As casas antigas tían el forno derriba da llareira anque nas que se fixeron despóis el forno xa taba fora da casa, nun caseto feito adrede pra él: a *casía* ou *bodega del forno*. El forno tía úa *fumieira* prá salida del fumo y úa *cinceira* pra sacar pra fora as *brasas* ou *remolle* (*remolle*) y a cinza.

Fía falta amañar abonda lleña; ás máis das veces, toxos.

«Nosoutros en dalgún tempo roxábamos con toxos. Íbamos al monte, coyíase a gancela, xa os toxos vían apartados y tías úa pila de toxos pral volver. Y coyíalos, levábaslos pra onde taba el forno ou núa bodega, ou antes nun tempo pos era na mesma cocía da casa qu'é onde taban os fornos, y metías os toxos dentro. Tías que tar metendo cada pouco porque el toxo queima ensiguida» (Mántaras).

Desque a lleña, que se metía cúa axuda del *forcao* (*forcado*)⁹ -peza de ferro con dous dentes y mango de madera-, fía brasa, había que revolvello ben col truyo, rodallo (*rodalo*)¹⁰ -úa especie de batedeira de madera-, pra qu'a calor caltrira ben nel chao del forno. Pra saber cóndo taba el forno *roxao* ou *roxo* había úas pedras que valían de referencia: os *llancares* (*lancares*). Eran as dúas pedras verticales que fían a boca del forno. Condo caldiaban abondo y se vían ben roxas sabíase que xa taba¹¹.

Entrementes se roxaba diciáase que nun se podía salir porque podía ser malo pra os oyos¹².

Desde que taba el forno branco, achegábase el remolle prá boca del forno ou, se había muita cantidá, pra un caldeiro ou prá cinceira. Había qu'amañar entoncias un *bazcayo* ou *barredoiro*¹³ con folgueiras, lloureiro ou marcuriales, todo mui verde y moyao pra que nun queimara mui axina¹⁴. Na Marina ás veces íbase á ribeira a por marfofos ou, se nun había outra cousa, valía un saco moyao. Amarrábanse con un cordel nun palo llargo y llimpábase ben el forno.

«Conto más limpases menos s'ensuciaba despós el pan al botalo nel forno. Igual che salían bocadíos de carbón pegaos nel fondo del pan. Se deixabas carrochíos da mesma cinza, igual salían pegaos» (Mántaras).

«Barriase ben barrío hasta que quedara barrío como úa sala» (Valdeparees).

Despóis d'esto, volvía cuntar muito a maña y el avezo que tuvera a muyer pra saber el momento xusto pra *enfornar*:

«Achegabas un pouco as maos á boca y dicías «ta ben». Se taba mui forte el forno, pos esperabas un pouco. «Hai muito forno ou ten muito forno ou ten muito lume el forno», dicías» (Mántaras).

«Agarrábamos as payas del payeiro y fiamosye un nougo y botábamolo dentro. Se as payas queimaban taba el forno mui bravo. Se doraban era que taba ben. Ás veces había qu'andar correndo, «¡decái el forno!», condo querían sacar úa búa fornada» (Valdeparees).

As fogazas metíanse cua peira. Mentres se metía ou desde que s'enfornaba dicíase *«Dios aumente el pan nel forno y el ben por el mundo todo»* y rezábase un padrenoso¹⁵.

El pan de meiz enfornábase primeiro porque quería máis calor. Poñíase al fondo del forno. Pra poñerye máis color á

fornada de meiz, nel remolle que taba na boca del forno fíase a fogueiría con us garabuyos ou botábase a queimar farello de trigo pra que botara fumo y mourirara un daqué máis. Ese remolle quitábase y despóis enfornábase el de trigo. Na veira, delante da boca, poñíanse as roscas, rapóis ou empanadas, pra sacallas primeiro¹⁶.

Condo taba el pan dentro, pra que nun se fose a calor poñíase na boca úa tapa, a *porta del forno*.

«Eran unhas portas de madeira -cuatro trabas con us traveseiros- que se yes poñía unha chapa de caldeiro pol lao de dentro pa que nun che queimase pero col tempo queimaban y había que fer outra cada dous ou tres anos, según. Y últimamente condo fías os fornos pos xa poñías pitóis na parede y unha porta de ferro embisagrada» (Mántaras).

Pra chantar a porta espetábase nel tarrén el forcao y asina aseguraba ben.

Desque pasaba un bon pedazo había qu'*aballar* (*abalar*) el pan, é dicir, movello un pouco del sito. Esto fíase col forcao o col rodallo. El pan sabíase que xa taba pol color y tamén al aballallo. Se aballaba ben era que xa debía tar. Igual se sacaba el pan y, se se vía que nun taba, volvíase meter. Mirábase se tía *bon fondo* a fogaza dándoye úas palmetadías pra ver se taba más cocido ou menos.

Os pais sacábanse col forcao despóis d'axudarse col rodallo. El pan podía guardarse na maseira, núa mesa tapao todo con un mantel ou, mesmamente, nel forno:

«Levantábaslas, como dicíamos aquí «hai que levantar el pan nel forno», al outro día. Según taban pousadas pra cocer pos poñíasl as col forcao ese, metíasl as de canto. Porque nun tías unde poñer sete ou oito fogazas de meiz» (Mántaras).

Na maseira, pra qu'el pan nun coyera olor y durara máis, poñíase na boca úa estaquía pra qu'a tapa nun pechara

ben y quedara sempre un pouco aberta. Tamén había quen deixaba sempre a rapadoira posta nel canto da maseira cua mesma finalidá. Vían despóis os distintos veres sobre cómo salira el pan. El léxico referido al pan en si é mui abundante. Al encetallo -empezallo- sabíase pola traza da *miga* ou *miollo* (*miolo*) se quedara ben espillido ou *machucho* -pouco espillido-. A corteya podía quedar *estorroxada* -mui tostada-, ou *envixigada* -con vixigas por causa da muita calor del forno- anque a os *pancegos* -xente que ye gusta muito el pan- nun yes daba máis porque cortaban úa *rabuada* tres d'outra ou dedicábanse -col enfado dos máis veyos- a *esgarellar* el pan -*quitarye* os *garells* (*garelos*), cachos de corteya qu'abultaban na fogaza- y andar comendo *corteyos* ou *codellos* (*codelos*) de pan sin deixar nin as *faraguyas*. El pan comíase con outras cousas pero tamén se podía comer *seco* ou *entriyallo* en lleite ou nel caldo. Ta claro que prestaba máis el pan molle (*mole*) qu'el pan duro, que, se pasaban muitos días, podía chegar a *magorecer*.

El pan representaba a comida por antonomasia y nél taba basada toda a alimentación tradicional. De tal xeito é asina que muita da xente que se crióu nesa cultura sigue comendo un corteyín de pan mesmamente despóis de cualquier postre dos muitos que nos brinda a sociedade de consumo. Nunca s'apedra el pan porque os corteyos que sobran van pra os animales del caseirío. Inda hoi a os veyos píntayes el mayor dos pecados tirallo y nun é raro el que chucha el pan que cai al tarrén¹⁷. Muitas das espreiós que falan de comida, fame, bondá ou d'outros valores importantes tein el pan como protagonista. As cousas son *llargas como un día sin pan*, a búa xente é *como un pedazo de pan*, condo daquén ten a concencia intranquila *nun ye coce el pan nel peleyo*, úa cousa que nun molesta ou nun provoca gasto *nun pide pan*, ua actividá ou trabayo del que nun se saca proveto monetario *nun da pan*, a xente que trabaya *ta ganando el pan*, a

xente sosúa *é como un pan sin sal* y hasta as setas se chaman *pan de raposa* ou *pan de sapo*. Outro tanto podíamos dicir dos ditames: *¿Ques pan? Quero, quero, se mo dan; Quen dá consejos nun dá cortéyos; Del pan del meu compadre un bon pedazo al afiyao; Pan de boroña, sabe qu'escoña; Fogaza encetada, fogaza acabada; Muiito dura el pan nel folle al que nun lo come; El que nun ten pan xa cióu*, etc. Hasta hai consejos sobre alimentación: *Pan caliente y augua fría, calenturas cada día; augua fría y pan caliente, calenturas de repente*.

Antias da substitución del pan feito na casa pol compra na panadería, proceso que se deu na Marina alreedor dos anos cincuenta-sesenta, houbo intentos por parte de muiitos caseiríos de seguir sendo ellos os provedores da materia prima anque non os que lo fixeran. Como xa dixemos nel empezo, primeiro foi a progresiva desaparición del pan de meiz y a xeneralización del de trigo. Nesas fechas inda se semaba d'este grao pero xa nun había vagar de fer pan. Llevábase a farina al panadeiro mais xa nun pagaba a pena fello d'ese xeito sabendo qu'el pan podía comprarse con muiito menos esforzo na panadería ou podían trecho hasta a porta da casa¹⁸. Por entoncias xa nun se pagan as rentas en trigo¹⁹ y muiita xente que fora comprando os sous caseiríos nun tía cargas en rentas. A economía llabradora vai especializándose na produción de lleite y, polo tanto, as terras, y hasta os montes, dedícanse a forraxe. El trigo acaba desapareciendo das senras.

Como ben se ve, todo un feixe de causas axudaron a que se perdera el costume de fer el pan na casa y con eso toda a cultura material y espiritual que lo arrodia. As mesmas causas que fixeron desaparecer tantos aspectos da vida tradicional y que se resumen na entrada d'afeito del caseirío na economía plena de mercao y tamén, cómo non, nos sous valores.

Notas

¹ Os datos tán sacaos d'entrevistas y conversacióis con xente maiormente da marina de Castropol, Tapía y El Franco, anque, ás veces, condo pinte necesario, imos usar datos puntuales de zonas de montaña.

² Hai un ditame qu'esplica a necesidá de mirar ben a fecha pra llabrallo: *El día de San Isidro, nin nel oucha nin nacido*.

³ Antias del abandono del trigo, deuse un cambeo nel sou sistema de llabranza: deixaron d'usarse os sucos pra empezar a llabrar a setas.

⁴ Tamén outro ditame esplica el importante qu'è qu'el meiz medre ralo: *Meiz ralo carga el carro*.

⁵ En Rozadas, *masotro*.

⁶ Nun sabemos se axudaría tamén al proceso de fermentación a camisa usada del home cúa qu'as muyeres avezaban a tapar a masa nas brañas vaqueiras achegadas a Villayón, como en Concernosu (Valdés), según nos informa el estudioso D. Anxél González García.

⁷ Núa tarteira con augua ben quente poñíase a cocer úa cebolla ou dúas, un pouco de sal, us trocíos de toucín y chourizo. Todo eso botábase núa torta de pasta de meiz, poñíase úa berza nel fondo y metíase nel forno. Había quen nun ye poñía berza ou quen ye botaba el chourizo despóis.

⁸ Cúntanos cousas d'este costume úa muyer del lugar de Lan de Pacios, d'Ouria (Taramunde): *«Dábase a os probes. É qu'había xente, se cuadra, na parroquia, que nun collía, que nun labraba, vaya, e dábase lle o bolo, ou dous. Ás veces vían eles; outras íbamos levárllelo»*.

⁹ En Ouria, *gallada*.

¹⁰ En Ouria, *rodo*.

¹¹ En Sueiro (El Franco) cúntannos qu'había sempre úa pedra que yes valía pra saber cóndo taba xa a conta xusta de roxao. Chamábanye a *pedra maestra*.

¹² Esta recomendación xúntase a outros moitos conseys de tipo «profiláctico», con máis ou menos explicación científica, da cultura tradicional y qu'os máis dos nenos d'enguano inda aprenden nas súas

casas (nun comer naranxas y leite, nun tomar augua cos fereixolos ou pan quente, nun salir pra fora despóis de bañarse, etc.). A muyer d'Ouria dicíanos sobre a custión de salir mentres se roxaba: «*É peligroso salir porque caleces muito e calece a vista e eso. Hai quen quedou cego, se cuadra, d'unha brisa*» anque despóis amecía: «*Pero salir si se salía. Salíase buscar leña fora*».

¹³ En Ouria, *basallo*.

¹⁴ En Rozadas usábase ademáis el teixo, árbol mui abundante na zona y ben gracioso pral llabor.

¹⁵ En Ouria decíase a mesma oración, cuas variantes da fala da zona: «*Dios aumente o pan do forno e de polo mundo todo*». Rezábase tamén el Ave María, el Ángelus, ás ánimas, a San Antonio, a San Pantalión («*San Pantalión bendito defende (ou aumente) o pan do forno todo*»). Falando d'estos costumes de fer cruces y rezar dicíanos un veyo de Mántaras: «*Inda ye dixen eu así falando a mamá: —¿Y pa qué é eso de fêrseye a cruz? Dice: —Boh, bruxeirías... Foi lo que me contestóu. Todo eso é, como dicía mía madre, son bruxeirías; el máis, el pan cocía igual rezándoye un padrenuestro qu'unha salve*». A verdá é que na Marina esqueicéuse abondo antias qu'en zonas interiores todo ese mundo tan complexo de xestos, oracións y creencias relacionaos col pan. Veyas de muita edá nunca sintiran falar de costumes como el que temos recoyido en Rozadas (Bual), y que se dá en ben de sitios, de poñer fora da casa a peira, el forcao y el rodallo condo había tormenta pra, d'este xeito, guardar a casa del peligro dos rayos. «*Se cuadraba que me piyaba úa tormenta fora, igual volvías y entrabas por Rozadas y ibas vendo todas as casas con cada súa peira al pe da porta. As peiras tían úa cruz y taban benditas. Entoncias habíache fe...*».

¹⁶ En Rozadas tamén había quen apegaba os rapóis na parede del forno.

¹⁷ Dicíame a muyer d'Ouria: «*Pan nunca tiramos. Nin se debe tirar. Paño faragullas por aí e bésolas. Pan sempre se lle deu a os animales: a o caballo, a os cochos, a os xatos... Nosoutros dábamos muitín porque cocíanse fornadas grandes... Dábamos muito pan a os xatos. Era do que vivíamos*».

¹⁸ Pode ser ilustrativo este relato d'úa muyer de Mántaras: «*Empezamos a ir a Tapia a cocer nel 52 ou 53. Levábamos a farina de trigo al panadeiro y a nosoutros dábannos a farina comprada, de Castilla, a farina que vía en sacos y el trigo que levábamos nosoutros deixábarlo pra elos y fian el pan pra ti ou prá señora ou pral outra señora porque ye pagaban más el pan de trigo, ¿daste cuenta? Úa vez foi P. buscar el pan y tían a farina sin vazar, nel saco. Eu iba levar a farina hoi y mañá iba buscar el pan. Y dixéronme: —Hoi, espera ho, qu'inda*

teño a farina sin valeirar. Dixen eu: —¿Pos cómo la teís sin valeirar? ¿nun la cociche?. —Non, que nun vou cocer esto sólo. Digo eu: —Bueno, ta ben... Y outro día fun alí, iba buscar el pan, y veu úa señora qu'iba comprar el pan. —Teís pan de trigo. Diz él: —Si, teño. Digo eu pra min: "Mira, a mía farina". Y a túa, y a del outro y a del outro, que levábamos el trigo pra cocer. Levábamoslo a cocer porque xa nun tíamos tempo de cocelo nosoutros na casa. Había que mandar el día féndolo y nun podíamos. Despós deixóuse de levar a farina porque deixóuse de labrar el trigo. Mentres houbo trigo fêxose esa operación. Despós xa nun che merecía a pena. Nun lo comías tu...».

¹⁹ «Xa más tarde os señores, en pasando a guerra y el estraperlo - qu'entonces si querían el trigo porque negociaban-, xa querían miyor os cuartos porque aforraban de tar peliando col trigo y buscando a un panadeiro ou a outro pa venderyo. Porque ellos nin lo molían, porque tían qu'ir al molín como os demás pa molelo, nin lo comían a cantidá de mididas de trigo que cobraban de rentas». (Mántaras).